

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГАОУ ПО "Многопрофильная гимназия №13"

Паньженский Е. В.

УТВЕРЖДАЮ:

Ген. директор ООО "Новация"

Пуртов А. С.

Школа

ГАОУ ПО "Многопрофильная гимназия №13"

Отд./корп

день 5 сентября 2025

школьники 7-11

| Прием пищи    | раздел      | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|---------------|-------------|--------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак       | гор.блюдо   | П.248  | Каша гречневая вязкая             | 180      | 22,42 | 254,7        | 8,24  | 11,59 | 29,34    |
|               | гор.напиток | П.501  | Кофейный напиток с молоком        | 200      | 15,15 | 79           | 3,2   | 2,7   | 15,9     |
|               | хлеб        | П.93   | Бутерброды с маслом               | 30\10    | 16,62 | 197          | 1,6   | 16,7  | 10       |
|               | хлеб черный | П.109  | Хлеб ржаной                       | 20       | 2,07  | 34,8         | 1,32  | 0,24  | 6,68     |
|               | фрукты      | П.112  | Фрукт сезонный                    | 200      | 43,50 | 94           | 0,8   | 0,8   | 19,6     |
| Итого завтрак |             |        |                                   |          | 99,76 | 659,5        |       |       |          |
| Обед          | закуска     | П.93   | Салат из моркови и яблок          | 60       | 9,06  | 74,4         | 0,54  | 6,12  | 4,32     |
|               | 1 блюдо     | П.142  | Щи из свежей капусты с картофелем | 10\250   | 12,47 | 24,45        | 2,01  | 6,48  | 8,13     |
|               | 2 блюдо     | П.412  | Котлета куриная                   | 90       | 53,57 | 169,71       | 13,5  | 9,64  | 8,36     |
|               | соус        | П.456  | Соус красный основной             | 50       | 2,41  | 32,35        | 0,73  | 1,21  | 4,64     |
|               | гарнир      | П.291  | Макаронные изделия отпарные       | 160      | 13,21 | 154,56       | 6,03  | 0,72  | 30,98    |
|               | гор.напиток | П.494  | Чай с лимоном                     | 200      | 4,89  | 61           | 0,1   | 0     | 15,2     |
|               | хлеб черный | П.109  | Хлеб ржаной                       | 40       | 4,15  | 69,6         | 2,64  | 0,48  | 13,36    |
| Итого обед    |             |        |                                   |          | 99,76 | 586,07       |       |       |          |

школьники 11-18

| Прием пищи    | раздел      | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|---------------|-------------|--------|-----------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак       | гор.блюдо   | П.248  | Каша гречневая вязкая             | 200      | 28,93  | 283          | 9,16  | 12,88 | 32,6     |
|               | гор.напиток | П.501  | Кофейный напиток с молоком        | 200      | 15,15  | 79           | 3,2   | 2,7   | 15,9     |
|               | хлеб        | П.93   | Бутерброды с маслом               | 30\15    | 22,57  | 197          | 1,6   | 16,7  | 10       |
|               | хлеб черный | П.109  | Хлеб ржаной                       | 30       | 3,11   | 52,2         | 1,98  | 0,36  | 10,02    |
|               | напиток     | П.112  | Сок фруктовый                     | 200      | 30,00  | 136          | 0,6   | 0,2   | 30,4     |
| Итого завтрак |             |        |                                   |          | 99,76  | 747,20       |       |       |          |
| Обед          | закуска     | П.9    | Салат из моркови и яблок          | 100      | 15,08  | 124          | 0,9   | 10,2  | 7,2      |
|               | 1 блюдо     | П.142  | Щи из свежей капусты с картофелем | 10\250   | 22,91  | 24,45        | 2,01  | 6,48  | 8,13     |
|               |             | П.404  | Птица отварная                    | 15       |        | 48,57        | 4,71  | 3,26  | 0,11     |
|               | 2 блюдо     | П.412  | Котлета куриная                   | 100      | 64,41  | 188,57       | 15    | 10,71 | 9,29     |
|               | соус        | П.456  | Соус красный основной             | 50       | 2,41   | 32,35        | 0,73  | 1,21  | 4,64     |
|               | гарнир      | П.291  | Макаронные изделия отпарные       | 180      | 14,85  | 173,88       | 6,79  | 0,81  | 34,85    |
|               | гор.напиток | П.494  | Чай с лимоном                     | 200      | 4,89   | 61           | 0,1   | 0     | 15,2     |
|               | хлеб черный | П.109  | Хлеб ржаной                       | 50       | 5,19   | 69,6         | 2,64  | 0,48  | 13,36    |
|               | фрукты      | П.112  | Фрукт сезонный                    | 200      | 43,50  | 94           | 0,8   | 0,8   | 19,6     |
| Итого обед    |             |        |                                   |          | 173,24 | 816,42       |       |       |          |

Бухгалтер

Зав.производством